

UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE - UNESC

CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

SABRINA FURTUNATO DE ÁVILA

EXPERIÊNCIAS EM PRÁTICAS CORPORAIS

Narrativas de idosos

CRICIÚMA

2015

SABRINA FURTUNATO DE ÁVILA

EXPERIÊNCIAS EM PRÁTICAS CORPORAIS: Narrativas de idosos

Trabalho de Conclusão de Curso aprovado pela Banca Examinadora para obtenção do Grau de Bacharel, no Curso de Educação Física da Universidade do Extremo Sul Catarinense, UNESC, com Linha de Pesquisa em Educação em Saúde.

Criciúma, 07 de Dezembro de 2015.

BANCA EXAMINADORA

Prof. Dr. Ana Maria Volpato (UNESC)

Prof. Dr. Victor Julierme Santos da Conceição (UFSC)

Prof. Me. Eduardo Batista Von Borowski (ESUCRI)

NARRATIVAS DE IDOSOS SOBRE AS EXPERIÊNCIAS EM PRÁTICAS CORPORAIS

Sabrina Furtunato de Ávila, Luana Cademartori Minghelli, Victor Julierme Santos da Conceição

RESUMO

Este estudo buscou descrever como as experiências sociais de idosos agem no processo de participação, interiorização e atribuição de importância às práticas corporais. A presente pesquisa é definida como qualitativa do tipo narrativa. Para a coleta dos dados, foi utilizada a entrevista narrativa, a fim de dar voz aos idosos e aprofundar o conhecimento construído a partir de seus relatos. Para selecionar os sujeitos utilizou-se critérios de representatividade tipológica. Sendo assim, foram selecionados quatro idosos que participam do Projeto de Extensão Bola Para Frente, da Universidade do Extremo Sul Catarinense. Diante das experiências sociais narradas pelos idosos, identificamos os elementos que contribuem para a construção da identidade do sujeito, que são contextualizados pelas relações sociais. Nessas relações, e na heterogeneidade das práticas sociais o indivíduo se constrói socialmente, onde suas histórias se ressignificam, dando um sentido maior à vida. As práticas corporais vivenciadas principalmente na infância e adolescência foram significativas no sentido de que os fatos acontecidos há muitos anos, são lembrados pelos idosos como algo marcante, que contribuem para a participação efetiva em práticas corporais realizadas em projetos de exercício físico, como o Bola para Frente.

Palavras-chave: Práticas Corporais. Envelhecimento. Narrativa. Experiência Social.

INTRODUÇÃO

Segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2011), no Brasil estima-se que em 2025, os idosos atingirão aproximadamente o número de 30 milhões de pessoas, o que equivale a 15% da população brasileira. Levando em consideração o crescimento da população idosa, torna-se necessário conhecê-la para intervir de forma significativa e pautada em bases que dão suporte para um envolvimento consistente e transformador.

O processo de envelhecimento humano pode ser compreendido de diversas formas, pois segundo Farinatti (2008), cada indivíduo envelhece de uma maneira e reage diferentemente a este processo. Para compreender tal fato, partimos da ideia de

que todo indivíduo é único, possui suas experiências e leva consigo uma identidade (FARINATTI, 2008). A partir desses conceitos trazidos pelo autor, pressupõe-se uma subjetividade existente na compreensão do envelhecer para cada indivíduo. Apesar da complexidade do processo de envelhecimento, alguns autores o definem de acordo com os fatores que influenciam neste processo. Em relação aos elementos genéticos e biológicos Jordão Netto (1997 apud MAZO; LOPES; BENEDETTI, 2001) cita o envelhecimento como um processo natural, dinâmico, progressivo e irreversível, que acompanha o indivíduo desde o nascimento, passando por todas etapas da vida e culminando com a morte. Quanto aos fatores psicológicos e sociais do envelhecimento, Salgado (1979 apud MAZO; LOPES; BENEDETTI, 2001) aponta a imagem que os indivíduos tem de si mesmo, eles se veem fisicamente envelhecidos porém não se sentem velhos.

No âmbito biológico, quando o sujeito envelhece, ocorrem alterações antropométricas e neuromusculares que influenciam diretamente no cotidiano do idoso. Um dos aspectos mais relevantes em relação as alterações neuromusculares do processo de envelhecimento é perda progressiva da massa muscular. (FARINATTI, 2008). Consequentemente, ocorre a perda da força muscular, e da massa magra. (MATSUDO, 2001). Esta perda da massa muscular desencadeia no idoso a dependência para realizar suas atividades da vida diária (AVD), que reflete diretamente na sua autonomia funcional, pois seu equilíbrio e coordenação são comprometidos, aumentando o risco de quedas e doenças crônicas como diabetes e osteoporose. (MATSUDO, 2001).

Mazo; Lopes; Benedetti (2001), apontam como fator importante nas atividades e relações sociais a questão da aposentadoria, que leva o sujeito a se distanciar da sua atividade profissional, podendo gerar um processo de despersonalização e marginalização social. Esse afastamento do trabalho profissional acarreta um sentimento

de inutilidade, de exclusão como membro produtivo e útil de seu grupo social. (MAZO; LOPES; BENEDETTI 2001).

Para Mazo; Lopes; Benedetti (2001), com o processo de envelhecimento, a família é considerada como o lugar de cuidados, proteção, afetividade, socialização e formação de personalidades. Por isso, o mesmo autor afirma a importância da socialização de seus membros para se tornarem cidadãos. Além disso, para garantir o envelhecimento saudável no aspecto social, a pessoa idosa precisa viver em sociedade, com seus deveres e direitos garantidos, tendo segurança, renda própria, cuidado adequado e integração com outras pessoas. (MAZO; LOPES; BENEDETTI 2001). Contudo, podemos considerar, que “a velhice é construída tanto biológica quanto socialmente”. (FARINATTI 2008).

Estes elementos são importantes para compreender a construção social do sujeito. Para isso nos aproximamos de Dubet (1994) buscando compreender como os sujeitos se constituem como agentes formadores da sua identidade e como o ambiente sócio cultural influencia nessa construção.

Segundo Dubet (1994), num primeiro momento, a experiência é uma maneira de sentir, de ser invadido por um estado emocional suficientemente forte para que o ator deixe de ser livre, descobrindo ao mesmo tempo uma subjetividade pessoal. Segundo, a experiência é uma atividade cognitiva, uma maneira de construir o real, de verificar, de experimentar.

Dado exposto, nos remeteu ao seguinte objetivo de pesquisa: descrever como as experiências sociais de idosos agem no processo de participação, interiorização e atribuição de importância às práticas corporais.

METODOLOGIA

A caracterização da pesquisa segue um processo de observação e reflexão de formas que melhor possam responder e compreender o objeto de estudo. Diante disso, a presente pesquisa é definida como qualitativa do tipo narrativa. Segundo Connelly e Clandinin (1995), o ser humano constrói sua história no seu mundo vivido. Portanto, contá-las é algo natural, reflexivo e reformulador de realidades. Neste sentido, a narrativa é tanto o fenômeno que se investiga como um método de investigação. Na narrativa autobiográfica é comunicada ao investigador a totalidade de uma experiência de vida que, no justo momento da narração, o acontecimento narrado pode se ressignificar. (ABRAHÃO, 2006). Isto porque a pesquisa em narrativa autobiográfica propicia um momento de maior elo entre personagem e pesquisador (MOITA, 1995 apud ABRAHÃO, 2006), devido ao fato de que aquele não está contando sua vida para um gravador ou relatando-a em um diário, mas a está reelaborando, justamente na interação que se dá entre os dois sujeitos históricos. (ABRAHÃO, 2006). Segundo Gómez, Flores e Jiménez (1996) citado por Molina e Molina Neto (2010), as histórias de vida a partir da pesquisa narrativa buscam a compreensão dos relatos de vida do sujeito investigado na interação com outras informações ou documentos pessoais ou oficiais que possibilitem a reconstrução da trajetória de um ou mais aspectos de sua vida.

A escolha dos colaboradores seguiu alguns critérios de representatividade tipológica, que segundo Molina e Molina Neto (2010) são definidas pelo próprio investigador. Assim, a seleção dos sujeitos partiu de um processo de observação do pesquisador com os participantes do projeto. Esta observação, teve um período de dois meses, onde o pesquisador, inserido no cotidiano das atividades do projeto, e portanto,

estabelecendo um vínculo com os colaboradores, conseguiu verificar as pessoas que mais compartilhavam suas experiências e expressavam suas opiniões. Além disso, outro critério de representatividade tipológica utilizado foi o tempo de participação no projeto, selecionando as pessoas que participavam a mais de dois anos e pessoas que participavam a menos de um ano nas atividades desenvolvidas. A partir dos critérios mencionados anteriormente, foram selecionados quatro idosos que participam do Projeto de Extensão Bola Para Frente: Práticas Corporais para a Terceira Idade. O projeto tem como objetivo criar um espaço de integração e desenvolvimento cognitivo-motor através de práticas corporais e modalidades esportivas adaptadas para terceira idade, construindo um elo entre Universidade e Sociedade, envolvendo a comunidade acadêmica em ações articuladas entre ensino, pesquisa e extensão, buscando intervir, modificar e ressignificar a realidade na perspectiva de construção de uma vida mais saudável. As atividades acontecem duas vezes por semana e o grupo realiza atividades psicomotoras, onde são desenvolvidos tanto o aspecto físico como o aspecto psicossocial do idoso. Os nomes dos participantes foram alterados para manter o anonimato de suas identidades e preservar os aspectos éticos da pesquisa.

Para a coleta de dados foi utilizada a entrevista narrativa do tipo semiestruturada. Segundo Triviños (1987), a entrevista semiestruturada parte de alguns questionamentos básicos, apoiados em teorias e hipóteses, que interessam à pesquisa, porém a medida que o informante traz as respostas surgem novas hipóteses, oferecendo um amplo campo de interrogativas. Ainda, para a realização da entrevista semiestruturada a presença tanto do pesquisador como do entrevistado são relevantes, Triviños (1987), onde os sujeitos mantêm um diálogo a fim de descobrir o que interessa à pesquisa. Essa característica da entrevista semiestruturada, favorece não só a descrição dos fenômenos

sociais, mas também a explicação e a compreensão de sua totalidade. (TRIVIÑOS, 1987).

A entrevista narrativa foi construída levando em consideração o objetivo do estudo, utilizando uma matriz analítica para a organização das questões. Para iniciar a entrevista narrativa, o pesquisador estimulou os entrevistados a contarem sobre as práticas corporais realizadas em diferentes etapas da vida, compreendendo a infância e adolescência, fase adulta e aposentadoria. Na medida em que a narrativa dos sujeitos respondia o objetivo do estudo, o pesquisador avançava no tempo para dar continuidade a conversa.

Para a realização da coleta de dados, foi agendado um horário de acordo com a disponibilidade do entrevistado. Para a realização da pesquisa, os cuidados éticos e morais foram considerados. Os colaboradores foram convidados a participar da pesquisa de forma voluntária e após serem informados sobre o procedimento de obtenção dos dados, assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. A entrevista foi registrada por um gravador no qual posteriormente todas as falas foram transcritas no seu formato original.

Para a interpretação analítica, foram utilizadas as etapas sugeridas por Triviños (1987):

- a) Pré-análise: organização do material que se reporta à produção dos sujeitos e referências teóricas que embasam a discussão;
- b) Descrição analítica: fundamentado pelas referências teóricas e hipóteses o material organizado na pré-análise é submetido a um estudo aprofundado.
- c) Interpretação referencial: A reflexão, a intuição, com embasamento nos materiais empíricos, estabelecem relações, no caso da pesquisa, sobre a função do supervisor, com a realidade educacional e social ampla, aprofundando as conexões das ideias [...]

(TRIVIÑOS, 1987, p. 162). A interpretação referencial deve aprofundar sua análise procurando desvendar o conteúdo latente que os dados possuem. Isso abre perspectivas de descobrir ideologias, tendências e características dos fenômenos sociais.

UMA HISTÓRIA DISTANTE: O QUE NARRAM OS IDOSOS SOBRE AS SUAS PRÁTICAS CORPORAIS

Nesta categoria apresentamos e analisamos as narrativas de quatro idosos que relatam suas experiências sobre as práticas corporais realizadas na infância, adolescência e fase adulta. Para isso, destacamos questões que tratam sobre esses momentos históricos e buscamos entender como os sujeitos atribuem importância às experiências sociais. Nos aproximamos de Dubet (1994) para entender que a experiência social é uma combinação de várias lógicas de ação. A experiência social forma-se no caso em que a representação clássica da sociedade já não é adequada, no caso em que os atores que remetem para diversas lógicas do sistema social, que não é então já um sistema, mas a co-presença de sistemas estruturados por princípios autônomos. A experiência social, na medida em que a sua unidade não é dada, gera necessariamente uma atividade dos indivíduos, uma capacidade crítica e uma distância em relação a si mesmos. Mas a distância em relação a si, aquela que torna o ator em sujeito, ela própria social, ela é socialmente construída na heterogeneidade das lógicas e das racionalidades da ação.

Levando em consideração o conceito supracitado, desenvolvemos o processo analítico a partir do entendimento dos elementos comuns e singulares que aparecem nas narrativas. Na tentativa de uma melhor apresentação e compreensão sobre os elementos,

descrevemos as falas recolhidas na entrevista narrativa e formulamos interpretações iniciais para amparar o processo hermenêutico.

O Roberto conta que sua infância foi marcada por muitas brincadeiras e muito exercício físico, pois sua escola ficava a 7km de sua casa, então só esse deslocamento já “valia” como um exercício físico. Na escola, brincavam de pega-pega, esconde-esconde, pula corda, mas sua prática corporal preferida era o futebol. Essas brincadeiras aconteciam na hora do recreio, o qual era estendido até 30 minutos, pois a disciplina Educação Física não existia na grade curricular. Além disso, o trabalho em casa e na roça se tornava uma brincadeira na qual Roberto e seus irmãos corriam atrás dos animais, laçavam e pulavam a cerca, tornando-as crianças ativas. “[...] *a gente fazia bastante exercício, até porque a gente jogava futebol, a gente dançava e as vezes nós tínhamos que sair 5 e 6 km a pé pra ir dançar e dançava uma noite inteira e depois no outro dia voltava a pé, então tu vê quanto a gente praticava exercício, dançar uma noite inteira, não é fácil (risos) [...]*” (Narrativa do Roberto).

A Maria conta que só teve oportunidade de estudar até a quarta série e que sente muito pois ela adorava aprender e estar envolvida com a educação. Quando questionamos sobre as práticas corporais realizadas na infância, sua memória ficou muito limitada devido a repreensão causada por sua mãe. Este fato o marcou tanto quando criança, que as práticas corporais passaram-se despercebidas por Maria, ela apenas lembra que faziam brincadeiras e que também a Educação Física não existia na escola. Ela conta que na sua infância e adolescência seus momentos de lazer eram as festas de Igreja e a reza. Nas domingueiras, que eram os bailes aos domingos, não participava pois sua mãe a proibia. [...] *eu tinha uma sede, mas não podia, pra obedecer minha mãe, completamente trancada [...]* (Narrativa da Maria).

Algo semelhante, sobre as atividades cotidianas, aconteceu com o Gustavo. Durante sua infância, como irmão mais velho, sua tarefa era cuidar deles, não conseguindo assim, estar inserido nas práticas corporais. Porém, ele conta que sempre jogava futebol quando chegava na escola e na hora do recreio. Outras atividades como a preparação para a marcha do dia 7 de setembro substituíam a disciplina de Educação Física na escola.

Já para Sandra, as práticas corporais estiveram mais presentes na sua infância. Assim como todos os sujeitos, Sandra também não tinha a disciplina Educação Física na sua escola. O que acontecia era um recreio mais prolongado, sem orientação de nenhum professor, onde as crianças criavam suas brincadeiras livremente. Sandra lembra de muitos detalhes de sua infância e práticas corporais, desde como a professora dividia a sala para ministrar as aulas até como realizavam suas brincadeiras de roda. Apesar de estar bastante envolvida com as práticas corporais, Sandra também ajudava no trabalho em casa e suas brincadeiras realizadas nos momentos de lazer simulavam algum tipo de atividade realizada como trabalho, por exemplo o “cozinhadinho”. *[...] nos finais de semana a gente brincava assim, juntava as vizinhas as primas e brincava, de cozinhadinho, de fazer comidinha, tanto que eu sou canhota, mas eu só escrevo com a mão direita, porque a gente foi brincar de cozinhadinho, de fazer puxa-puxa, e eu fui raspar a colher do puxa-puxa quente, queimou, fez uma bolha, aí eu aprendi a escrever com a mão direita e até hoje eu só escrevo com a direita [...]* (Narrativa da Sandra).

Os idosos tiveram pouco tempo de escolarização, em média até a quarta série. Todos eles estudaram em escolas do interior da cidade. O recreio tinha um tempo estendido de 30 minutos e era o espaço para realizar atividades voltadas a jogos e brincadeiras, o que caracterizava um momento de lazer. As práticas corporais foram reprimidas pelo modelo cultural que a família estava envolvida. O comum era a criança

ir para escola e retornar para a casa para ajudar na “lida” diária com os pais. As mesmas brincadeiras que eles realizavam na escola também realizavam em casa, quando não tinham que trabalhar. Os idosos atribuíam as atividades que realizavam como trabalho um tipo de exercício físico, pois estavam sempre envolvidos com o trabalho braçal.

Após o período escolar, que compreende a infância e adolescência, os idosos partem para outra etapa da vida, que é o casamento. Neste momento, apesar da singularidade de cada sujeito, muitos elementos são comuns entre eles, o que identifica e caracteriza a subjetividade de cada indivíduo.

Roberto terminou o Ensino Médio e se casou com 23 anos. Neste período, houve um distanciamento das práticas corporais devido sua atividade laboral, que diferente da infância, agora ela se torna mais responsável em virtude de que o sustento de sua família depende do seu trabalho. Nos finais de semana algumas práticas corporais como o futebol e passeios com a mulher e os filhos se faziam presente, mas sempre como sinônimo de lazer.

Maria se casou aos 18 anos. Seu relato remete a um casamento que serviu como uma fuga da repressão de sua mãe. Porém, ela conta que no seu casamento ganhou de presente do seu noivo uma bicicleta, na qual andava muito com ela, para fazer as “voltas” e visitar a mãe. Com a vinda dos filhos, Maria se ocupava ainda mais com os cuidados de mãe e domésticos.

Sandra, com 23 anos se casou e logo em seguida teve sua primeira filha. Porém, antes do casamento, com o ensino médio completo já ministrava aulas de matemática na escola. Além disso, Sandra fez um curso de expressão corporal, o qual o capacitava para dar aula de Educação Física. [...] *até eu dava futebol pros meninos, as vezes dava jogos pros meninos e as meninas junto, eu dava muito alongamento, fazia muito alongamento com eles, e brincadeira também, as vezes dava brincadeira [...].*

Mesmo depois do casamento, Sandra continuou a realizar as práticas corporais, ela ia para academia e passeava nos finais de semana com a família. Seu envolvimento com os elementos educacionais foi muito forte, depois de casada ainda fez faculdade de Pedagogia e ministrou aula em outros colégios. *(Narrativa da Sandra)*

Gustavo, com 24 anos estava casado. Neste momento, sua dedicação estava voltada para o aprimoramento de seu trabalho como sapateiro, o qual permaneceu durante 27 anos da sua vida. Mais tarde Gustavo se dedicou a trabalhos em pastorais. O que ele conta é que utilizava a bicicleta para fazer as visitas necessárias a comunidade. *[...] Nos trabalhos pastorais que eu fazia, eu visitava muito os bairros e usava a bicicleta, então se eu ia lá pra mineração, lá pra Içara eu ia de bicicleta, se eu ia na Mina União, Boa Vista, na época era Vila de Sapo, hoje é São Sebastião, então eu até comecei a usar a bicicleta em função de que eu estava percebendo que estava tendo umas dificuldades, como o meu serviço era parado, estava tendo umas dificuldades de articulação, reumatismo, coisa assim, então comprei a bicicleta e desenvolvi, como eu sempre fui magro, então aquilo ajudou muito, a bicicleta é fundamental. [...]* *(Narrativa do Gustavo)*.

A atividade laboral dos idosos, quando adolescentes, determinava a atividade de lazer por eles escolhida e realizada. Todos casaram muito cedo e tiveram filhos logo em seguida. O casamento e os filhos, neste momento são prioridade e por isso as práticas corporais não se fazem presentes de forma assídua. Os passeios e as visitas em família são tidas como atividades de lazer assim como a bicicleta, muitas vezes utilizada como meio de locomoção, são as práticas mais frequentes.

Partimos então para a etapa que compreende a aposentaria dos sujeitos. Um momento marcante de mudanças.

Roberto se aposentou devido a um infarto do miocárdio. Esse acometimento o deixou sedentário cerca de 10 anos. Porém, cansado de ficar deitado, sem poder fazer esforço nenhum ele decidiu lutar pela vida: [...] *não quero mais, se tiver que morrer eu vou morrer na estrada, minha filha morava em São Bento do Sul, dava mais ou menos uns 480 km, peguei o carro e fui assim, cheguei lá sangrando, a boca sangrava, fiquei 3 dias ruim lá, voltei, não quero mais cama, não quero mais nada, vou a luta. [...]*. Após, Roberto procurou seu cardiologista e os dois lutaram para encontrar um tratamento que pelo menos mantivesse um equilíbrio na sua saúde, e conseguiram isso. Entretanto, seu tratamento era a base de remédios e Roberto não poderia fazer esforço algum. Acontece que sua esposa havia feito uma cirurgia na articulação do ombro e toda semana precisava ir até o centro fazer a fisioterapia. Era Roberto que levava e esperava a sessão acabar. Essa espera durava em média uma hora e meia, então ele decidiu utilizar esse tempo para fazer caminhadas. Foi aí que ele percebeu o quanto aquela prática estava o fazendo bem. Depois de algumas semanas contou a seu médico que estava caminhando. De fato, seu médico percebeu que ele teve uma melhora significativa no estado de saúde e então permitiu a prática. Desde então Roberto não abre mão dos seus exercícios físicos diários. *(Narrativa do Roberto)*

Na narrativa de Maria, toda sua infância, adolescência e o período que compreendeu o casamento, esteve voltado para o trabalho doméstico e a criação dos filhos. Até então, poucas práticas de lazer fizeram parte do seu cotidiano. [...] *A mudança que houve na minha vida foi depois que eu fiquei viúva, foi uma libertação. Aí porque que foi uma libertação? Fiquei dois anos trabalhando, era sábado, domingo, parece que eu ia enlouquecer, costura, molde, serviço, e eu fui no médico. O médico me aconselhou a ter um lazer, a sair, e eu sempre tive carro, porque eu sempre tive cabeça, nunca esbanjei, depois que meu falecido marido morreu, consegui mais as coisas do*

que quando tava com ele ainda [...]. Esse relato traça uma nova etapa de sua vida, onde novas experiências surgiram. A primeira coisa que Maria fez após a orientação do médico foi ir a um baile: [...] foi o primeiro baile que eu fui e vi de perto, eu tinha também cede de ir atrás das coisas, e eu entrei nesse baile, eu tremia tanto, não era tão frio, mas eu tremia tanto, que parece que ia me dar uma coisa (risos), quando começou o conjunto eu achei a coisa mais linda [...]. Desde então, Maria procurou se inserir naquilo que tinha vontade de fazer. Faz vinte anos que Maria participa da pastoral da saúde, onde conta que lá aprendeu e aprende muito sobre hábitos de vida saudável. Na pastoral, o exercício físico é abordado, e isto chamou a atenção dela, a qual buscou conhecimentos sobre e posteriormente fez trabalhos voluntários voltados a área da Educação Física. [...] eu tenho conhecimento de exercício que tu não é capaz de imaginar, tem até os meus arquivos ali com as coisas que eu aprendi, que eu estudei, que eu dei, a partir daí então que eu me fiz nesse lado ali, eu comecei a dar o exercício nas comunidades, eu tinha esse dom pra fazer esse trabalho [...]. (Narrativa da Maria)

Sandra sempre esteve envolvida com os elementos educacionais, desde a infância, nas brincadeiras que realizada, na fase adulta se especializou para dar aula, e então se aposentou por tempo de serviço. Neste período, sua dedicação ficou voltada para trabalhos voluntários, além de participar em grupos de exercício físico e outras atividades artesanais. [...] então, segunda feira eu tenho ginástica aqui de manhã no supermercado, aí tem segunda a tarde lá na Universidade, terça feira eu tenho grupo da terceira idade, quarta feira também tem ginástica aqui no supermercado de manhã e a tarde a hidroginástica lá na Universidade, na quinta-feira a tarde eu tenho a visita do hospital pros doentes e na sexta feira eu treino volei. Ah, mas Deus o livre se eu tiver que ficar só dentro de casa, não fico. [...]. (Narrativa da Sandra)

Gustavo, na sua aposentadoria, manteve suas atividades nas pastorais. [...] *Ao mesmo tempo que era um trabalho, era também um lazer, a gente fazia aquilo por gosto. Eu gostava de fazer excursão, então eu contratava o ônibus nas empresas, fazia excursão, daí passeava, ia pra Aparecida, ia pra Gramado, ia pra Torres, as praias de Tramandaí pra cá eu conheci quase todas assim como viagens pra excursão. [...].* Porém, os relatos do Gustavo muitas vezes remetem ao trabalho tanto na infância, como na vida adulta. Outro fato relatado ele, foi a dedicação com sua esposa doente. [...] *eu fiquei anos cuidando dela, as vezes dava uma saidinha, na igreja eu ia, nunca deixei de ir aos domingo né, o filho ficava pra mim ir, mas voltava pra casa era ali cuidando, e eu não cuidei da minha saúde, então antes dela morrer eu quase morri antes dela, eu fiquei sem movimento no corpo, sem força, não podia nem levantar da cama, tive até internado, aí uma amiga veio aqui me visitar logo após a morte da esposa e aí ela falou que estava fazendo exercício na água na Universidade, que era muito bom, e ela ia tentar conseguir uma vaga pra mim, eu comecei com muita dificuldade de movimento e aí é que eu fui me recuperando. [...].* Este fato abriu novas perspectivas de vida para o Gustavo, que até hoje permanece firme com suas práticas corporais. (Narrativa do Gustavo)

Após a aposentadoria, nas narrativas dos sujeitos, houve um envolvimento maior com o serviço voluntário. Além disso, a prática educacional esteve presente em algum momento, trabalhando como docente ou participando de cursos em pastorais que posteriormente os capacitava para ministrar alguma aula.

As práticas corporais mais presentes na infância dos idosos foram os jogos e as brincadeiras, no qual eles criavam um momento de lazer que se distanciava das tarefas em casa. Segundo Tardif (2000), citado por Zenólia (2004), “as experiências sociais do sujeito agem como um filtro através do qual ele seleciona/aceita/adere/rejeita as

informações. Esses filtros, cognitivos, sociais e afetivos, processadores de informações, perduram ao longo dos tempos já que têm sua origem na história escolar e na história de vida dos sujeitos”. Este fato pode ser observado nas práticas corporais que os idosos realizavam na sua infância e que em algum momento foram presentes durante o projeto Bola para Frente. Essas práticas, como os jogos e brincadeiras possuem uma ligação com as experiências sociais dos sujeitos, sendo assim algo importante que os remete as suas atividades na infância.

A noção de experiência pode parecer mais adequada que as de papel e de estatuto, é, em larga medida, porque ela evoca uma heterogeneidade do vivido, uma adversidade, quando a noção de papel sugere em primeiro lugar a coerência e a ordem. (Dubet, 1994, p. 184). Neste sentido, a subjetividade existente na experiência social e na sua história é o que determina as ações do sujeito como membro da sociedade e também como ele faz a leitura de mundo, como ele encara suas tensões.

Num primeiro momento, a experiência é uma maneira de sentir, de ser invadido por um estado emocional suficientemente forte para que o ator deixe de ser livre, descobrindo ao mesmo tempo uma subjetividade pessoal. Segundo, a experiência é uma atividade cognitiva, uma maneira de construir o real, de verificar, de experimentar. Contudo a experiência social não é uma esponja, uma maneira de incorporar o mundo por meio das emoções e das sensações, mas uma maneira de construir o mundo. É uma atividade que estrutura o caráter fluído de vida (DUBET, 1994).

A experiência dos indivíduos situa-se a montante da ação coletiva, mas é ela ou alguns dos seus elementos que são postos em jogo, que são mobilizados nos movimentos sociais e comunicam uma parte do seu sentido. Se se pode considerar que os movimentos sociais na medida em que são acontecimentos, estão em ruptura com as formas banais da experiência porque supõem condições e racionalidades particulares, eles chamam-se igualmente num princípio de continuidade com a experiência de que os indivíduos são portadores da ação coletiva. (DUBET, 1994, p. 184).

Apesar do modelo cultural presente na infância dos sujeitos, no qual precisavam trabalhar para ajudar em casa, as práticas corporais foram lembradas e narradas como uma experiência social que os remete a algo positivo. Todas essas experiências sociais, sendo elas, na infância, no casamento ou na aposentadoria, tiveram sua importância para determinar como os sujeitos vivem hoje. Isto pode ser observado, por exemplo, em um indivíduo que não presenciou na sua infância as práticas corporais, e que por esse motivo surgiu a curiosidade de conhecer e explorar essas atividades quando teve a oportunidade. O contrário também pode ser observado, quando um indivíduo está envolvido desde criança com as práticas corporais, esta permanece nas suas atividades cotidianas.

Nas narrativas dos sujeitos foi possível compreender a importância atribuída às práticas corporais, onde a promoção da saúde aparece de uma forma subjetiva para cada um. Ainda, entendemos que as experiências coletivas aparecem de forma ambígua. Embora alguns sujeitos tinham poucas possibilidades para “brincar” com seus amigos, durante a infância, outros conseguiam em espaços específicos (domingos e durante o recreio na escola) realizar práticas sociais coletivas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A metodologia utilizada nesta pesquisa para a análise das informações buscou compreender nas narrativas dos sujeitos, o conteúdo latente que os dados possuem, por isso, torna-se importante o processo hermenêutico onde o pesquisador interpreta as informações a partir da experiência empírica e embasado no referencial teórico utilizado na pesquisa.

Neste sentido, diante das experiências sociais narradas pelos idosos, identificamos os elementos que contribuem para a construção da identidade do sujeito,

que são contextualizados pelas relações sociais. Nessas relações, e na heterogeneidade das práticas sociais o indivíduo se constrói socialmente, onde a história dos sujeitos se ressignificam, dando um sentido maior à vida. A partir disso, compreendemos como a experiência social age nesse processo de participação, interiorização e atribuição de importância à práticas corporais que estiveram presentes em todas as etapas de vida dos idosos. Essas práticas, foram significativas no sentido de que os fatos acontecidos há muitos anos, são lembrados pelos idosos como algo marcante, que contribuem para a participação efetiva em práticas corporais realizadas em projetos de exercício físico, como o Bola para Frente.

Diante do que foi encontrado, a presente pesquisa, de cunho qualitativo contribui para o campo da Educação Física, pois abre novas perspectivas para compreender uma totalidade de fatos que no cotidiano da atividade profissional, diante da sobrecarga de trabalho é difícil perceber. Em virtude da possibilidade de melhor compreensão dos elementos que movem o indivíduo para realizar a prática corporal, o profissional encontra novos subsídios para uma atuação que valorize o sujeito e alcance as necessidades dele.

ELDERLY NARRATIVE ON PRACTICAL EXPERIENCES IN BODILY

ABSTRACT

This study sought to describe how social experiences of older people act in the participatory process, internalization and to give importance to the body practices. This research is defined as qualitative narrative type. To collect the data, we used the narrative interview in order to give voice to the elderly and deepen the knowledge built from their accounts. To select the subjects was used typological representativeness criteria. Therefore, we selected four seniors participating Ball Extension Project Forward, the Universidade do Extremo Sul Catarinense. In the face of social experiences narrated by the elderly, we identify the elements that contribute to the construction of the identity of the subject, which are contextualized by social relations. In these relationships, and the heterogeneity of social practices the individual is socially constructed, where the history of the subject is resignify, giving greater meaning to life. The experienced corporal practices primarily in childhood and adolescence were

significant in the sense that the events that took place many years ago, are remembered by the elderly as something remarkable, that contribute to effective participation in bodily practices carried out in exercise of projects such as the Ball for Front.

Keywords: Body Practices. Aging. Narrative. Social experience.

REFERÊNCIAS

ABRAHÃO, M. H. M. B. **As narrativas de si ressignificadas pelo emprego do método autobiográfico.** Tempos, narrativas e ficções: a invenção de si. Porto Alegre: EDIPUCRS/EDUNEB, p. 13-35, 2006.

BRASIL. IBGE – **Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística.** Disponível em: <http://www.ibge.gov.br>. Acesso em maio. 2015.

CONNELLY, F. Michael; CLANDINI, D. Jean. Relatos de Experiência e Investigación Narrativa. In: LARROSA, Jorge. Ensaio Sobre Narrativas e educação. Barcelona: Laertes, 1995, p. 11-59.

DUBET, François. **Sociologia da Experiência.** Lisboa: Instituto Piaget, 1994.

FARINATTI, Paulo de Tarso Veras. **Envelhecimento: promoção da saúde e exercício: bases teóricas e metodológicas.** São Paulo: Manole, 2008.

FIGUEIREDO, Zenolia Christina Campos. **Experiências sociais no processo de formação docente em Educação Física.** 2004.

MATSUDO, Sandra Mahecha; MATSUDO, Victor Keihan Rodrigues; BARROS NETO, Turíbio Leite. Impacto do envelhecimento nas variáveis antropométricas, neuromotoras e metabólicas da aptidão física. **Revista brasileira de ciência e movimento**, v. 8, n. 4, p. 21-32, 2000.

MATSUDO, Sandra Marcela Mahecha. **Avaliação do idoso: física e funcional.** Londrina: Midiograf, 2001.

MAZO, Giovana Zarpellon; LOPES, Marize Amorim; BENEDETTI, Tânia Rosane Bertoldo. **Atividade física e o idoso: concepção gerontológica**. Porto Alegre: Sulina, 2001.

NETO. Vicente Molina; TRIVIÑOS, Augusto Nibaldo Silva. **A pesquisa qualitativa na educação física: alternativas metodológicas**. In: MOLINA, Rosane Maria Kreusburg; MOLINA NETO, Vicente. *Pesquisar com narrativas docentes*. 3. ed. Porto Alegre: Sulina, 2010. p. 165-176.

NETO. Vicente Molina; TRIVIÑOS, Augusto Nibaldo Silva. **A pesquisa qualitativa na educação física: alternativas metodológicas**. In: NEGRINE, Airton. *Instrumentos de coleta de informações na pesquisa qualitativa*. 3. ed. Porto Alegre: Sulina, 2010. p. 61-99.

SILVA, Lisandra Oliveira. **Os sentidos da escola na atualidade**: narrativas de docentes e de estudantes da rede municipal de ensino de Porto Alegre. 2012. 316 f. Tese (Doutorado em Ciências do Movimento Humano). Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre.

TRIVIÑOS, Augusto Nibaldo Silva. **Introdução à pesquisa em ciências sociais: a pesquisa qualitativa em educação**. Atlas, 1987.

ZIMERMAN, Guite I. **Velhice: aspectos biopsicossociais**. Artmed, 2007.